

IDEAS DE EVENTOS PARA LA SEMANA NACIONAL DE PREVENCIÓN

Hay muchas maneras de llevar la Semana Nacional de Prevención a su comunidad. Las siguientes ideas le pueden ayudar a pensar en los detalles de los eventos o actividades que le gustaría organizar, e incluye una variedad de presupuestos realistas y estrategias económicas.

Haga clic en un tipo de evento a continuación para ver una categoría en particular e ideas específicas de eventos.

- [Eventos para los empleados](#)
- [Eventos escolares](#)
- [Eventos deportivos](#)
- [Eventos recreativos](#)
- [Eventos políticos](#)

¡Cuénteles a SAMHSA sobre su evento o actividad! [Envíe los detalles](#) sobre su evento para figurar en futuros materiales de promoción de la Semana Nacional de Prevención o en el [Informe de resultados de la Semana Nacional de Prevención](#) (disponible en inglés).

EVENTOS PARA LOS EMPLEADOS

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
CAPACITACIÓN DEL PERSONAL	<p>Ofrezca un taller o una sesión de capacitación para su personal sobre un tema de prevención importante en su comunidad. Los temas podrían incluir el Marco de Prevención Estratégica, la competencia cultural, datos y evaluación, poblaciones especiales o un problema de salud mental y mal uso de sustancias con el que sus empleados podrían estar menos familiarizados.</p>	<p>\$250 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implemente un “intercambio de capacitación” con una organización en su comunidad que tenga experiencia en un área de prevención o promoción diferente que la de su organización. • Evite gastos de honorarios consiguiendo que un experto interno proporcione la capacitación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones asociadas • Universidades • Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias • Proveedores de cuidados médicos
FORO PARA EL DESARROLLO DE LIDERAZGO	<p>Organice un foro para su personal y el de las organizaciones asociadas para ayudar a los especialistas en prevención de su comunidad a alcanzar su máximo potencial. Incluya ejercicios para desarrollar las habilidades de comunicación, las evaluaciones de personalidad y otras técnicas para el desarrollo de liderazgo.</p>	<p>\$1.000 a \$2.000</p> <ul style="list-style-type: none"> • Busque en línea las actividades y herramientas confiables que estén disponibles para descargar y usar gratis. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones asociadas • Consultores de comunicación • Psicólogos

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>HORA SOCIAL SIN ALCOHOL/CENA COMPARTIDA (POTLUCK)</p>	<p>Organice una hora social, o “<i>happy hour</i>”, libre de alcohol después del trabajo. Haga énfasis en la buena comida en vez del alcohol y distribuya información sobre los beneficios de una dieta sin alcohol. Para un enfoque más amplio en la salud y bienestar, ofrezca información sobre cómo prevenir o dejar de fumar, o conecte su evento con el Mes Nacional de la Salud y Bienestar del Empleado en el mes de mayo. Aliente a los empleados que asistan a firmar y compartir el Compromiso de Prevención de la Semana Nacional de Prevención.</p>	<p>\$150 a \$750</p> <ul style="list-style-type: none"> Ahorre en los bocadillos para la hora social organizando una reunión en la que todos los empleados de la empresa o de un departamento traigan comida para compartir (<i>potluck</i>). Distribuya hojas informativas del Kit de materiales para la Semana Nacional de Prevención. Diseñe y envíe volantes promocionales del evento por vía electrónica en lugar de imprimirlos. 	<ul style="list-style-type: none"> Organizaciones asociadas
<p>SEMINARIO EN EL LUGAR DE TRABAJO</p>	<p>Organice un seminario en el lugar de trabajo que se centre en uno o más de los temas de la Semana Nacional de Prevención. He aquí unos ejemplos de los temas que podrían incluir:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hable con su adolescente sobre el consumo de alcohol Deje el vicio —consejos para dejar de fumar Cómo reducir el estrés y promover el bienestar <p>Anime a los participantes a compartir en el Reto de Prevención de la Semana Nacional de Prevención.</p>	<p>\$100 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> Permita a los participantes votar por los posibles temas de la conferencia con el fin de evaluar su interés y garantizar la asistencia. Si corresponde, invite al representante del Programa de Asistencia al Empleado de su organización o empresa para que hable sobre los programas de beneficios de la salud y bienestar disponibles para los empleados. Invite a un experto de su organización a hablar o solicite a un experto de la comunidad o de una organización asociada que haga una presentación por una tarifa reducida o gratis. 	<ul style="list-style-type: none"> Organizaciones asociadas Expertos y organizaciones de salud mental y de consumo de sustancias Proveedores de cuidados de salud

EVENTOS ESCOLARES

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
<p>ENCUENTRO DE MOTIVACIÓN (PEP RALLY)</p>	<p>Trabaje con una escuela primaria, intermedia o secundaria (o escuelas múltiples), o con el centro vocacional y técnico del condado para crear un “Encuentro de motivación para la prevención” y enfoque el evento en uno de los temas de la Semana Nacional de Prevención. Distribuya calcomanías del kit de materiales de la Semana Nacional de Prevención y brazaletes con el número de ayuda para servicios locales, haga que los alumnos preparen sus propios carteles, decore camisetas para usar en el encuentro o escoja un color para que los estudiantes lo usen el día del encuentro. Invite a un psicólogo o pediatra local como orador principal que hable sobre los efectos de drogas y alcohol en el cerebro, o a un líder de una organización de apoyo que trabaje con estudiantes en recuperación o a una autoridad del orden público.</p>	<p>\$50 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar un color que simbolice el apoyo para la Semana Nacional de Prevención es unificador y económico. Solicite a los administradores, maestros y estudiantes que usen este color durante un encuentro u otro evento en la escuela. • Use su presupuesto para comprar materiales para hacer usted mismo las decoraciones y letreros o solicite a un vendedor local una donación en cartulina, marcadores, pintura y otros materiales para trabajos manuales. • Consiga que la escuela participe y pida a los maestros que les den tiempo a los estudiantes para que decoren camisetas blancas baratas o tengan estaciones con materiales disponibles durante el encuentro. 	<p>Escuela primaria, intermedia y secundaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Funcionarios escolares, educadores y maestros • Líderes juveniles en la escuela o comunidad • Clubes juveniles o escolares • Funcionarios electos • Autoridades locales del orden público • Organizaciones comerciales locales

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
ENCUENTRO DE MOTIVACIÓN (PEP RALLY)		<ul style="list-style-type: none"> Comparta con los padres información sobre las camisetas, brazaletes y otras actualizaciones a través del sitio web o en la página de Facebook de la escuela para que todos estén informados. 		
CONCURSO DE ENSAYO, AFICHE, ARTE O VIDEO	<p>Anime a los estudiantes en su área a participar en un concurso en el cual puedan expresar de manera creativa lo que pueden hacer para ayudar a prevenir el mal uso de sustancias y promover la salud mental en sus comunidades.</p>	<p>\$50 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> Trabaje con las escuelas para promocionar el concurso y envíe a los administradores y maestros la información por correo electrónico para mantener bajos los costos de impresión. Use los medios digitales y su página web para compartir información sobre el concurso y crear interés y entusiasmo. Use su presupuesto para comprar premios para los ganadores o pida a los negocios locales que donen premios tales como certificados o canastas de regalo. Considere dar calcomanías o pequeños objetos como premios por la participación. 	<p>Escuela primaria, intermedia y secundaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> Funcionarios escolares, educadores y maestros Líderes juveniles en la escuela o comunidad Clubes escolares o juveniles Organizaciones comerciales locales Medios de comunicación

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
CONCURSO DE ENSAYO, AFICHE, ARTE O VIDEO		<ul style="list-style-type: none"> • Publique los trabajos ganadores en el sitio web de su organización o grupo (o en el de la escuela), en la página de Facebook o en el canal de YouTube para que toda la comunidad los disfrute. 		
PINTURA DE MURALES	<p>Trabaje con una escuela (o varias escuelas) para identificar un área dentro del edificio o en la propiedad donde los estudiantes puedan pintar. Ayude a los estudiantes a diseñar y crear un mural que promueva la prevención del mal uso de sustancias y la promoción de la salud mental y que incluya mensajes positivos sobre la comunidad.</p>	<p>\$100 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cree un plan detallado y un modelo o diseño del mural antes de comenzar a pintar. • Proporcione a los estudiantes bolsas para la basura o sábanas viejas para que usen sobre su ropa en vez de comprar delantales u overoles. • Abra cada tarro de pintura a medida que lo necesite, en vez de abrirlos todos a la vez. Así podrá devolver la pintura que no utilice. • Solicite a un vendedor local que le done la pintura, las brochas y otros materiales. 	<p>Escuela primaria, intermedia y secundaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Funcionarios escolares, educadores y maestros • Líderes juveniles en la escuela o comunidad • Funcionarios electos • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones comunitarias • Organizaciones juveniles

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
PINTURA DE MURALES		<ul style="list-style-type: none"> Publique los murales finales en su página web o en el Facebook de su organización o grupo (o el de la escuela) para que toda la comunidad los disfrute. 		
DÍA DE CAMPO	<p>Trabaje con una escuela (o múltiples escuelas, quizás en una competencia amistosa entre toda la comunidad) para organizar un Día de campo en el que los estudiantes participen en actividades divertidas, juegos y retos. Elija un tema para el día, basado en la idea de estudiantes apoyándose como equipo, trabajando juntos y reconociendo su propio bienestar y salud tanto físico como mental. Diseñe calcomanías de la Semana Nacional de Prevención (vea los materiales promocionales de la Semana Nacional de Prevención para copiar ideas o modificar calcomanías) para colocar en los equipos deportivo (por ejemplo, cascos) o camisetas para celebrar el evento.</p>	<p>\$100 a \$1,000</p> <ul style="list-style-type: none"> Coordine los colores de los equipos para que los estudiantes los usen durante el Día de campo promoviendo el espíritu de equipo. Comparta con los padres información sobre camisetas, calcomanías y otras actualizaciones a través del sitio web o la página de Facebook de la escuela para que todos estén informados. Pida en la escuela o a un vendedor local si pueden prestarle balones, redes, conos y otros suministros. Pida prestado al distrito escolar o a un vendedor local un marcador de tiza para ahorrar en gastos de pintura ambientalmente segura para dibujar líneas y marcas en el campo. 	Escuela primaria, intermedia y secundaria	<ul style="list-style-type: none"> Funcionarios escolares, educadores y maestros Entrenadores deportivos y ligas deportivas internas Líderes juveniles en la escuela o la comunidad Organizaciones comerciales locales Organizaciones comunitarias Proveedores de atención médica

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
DÍA DE CAMPO		<ul style="list-style-type: none"> • Cree sus propios avisos para los eventos. • Solicite a un vendedor local que done neveritas (<i>coolers</i>), botellas de agua y refrigerios para los estudiantes. 		
FERIA DE ACTIVIDADES	<p>Planee un día para que las organizaciones comunitarias y los clubes escolares preparen mesas o puestos informativos en la escuela local (o en múltiples escuelas). Explique a los estudiantes que pueden participar en la prevención involucrándose con un club, una organización comunitaria, un equipo o cualquier otra actividad y que ser parte de un grupo que comparte sus intereses les ayuda a crear un sistema de apoyo si tienen que enfrentar tiempos duros o una decisión difícil.</p>	<p>\$50 a \$200</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promueva la feria de actividades en múltiples escuelas para maximizar la participación. Pida a las escuelas participantes que anuncien el evento y exhiban los volantes. • Trabaje con la escuela para preparar las mesas o puestos. Anime a las organizaciones o clubes participantes a colgar letreros o fotos que demuestren los beneficios de unirse al club. • Use su presupuesto para comprar refrigerios y bebidas para los participantes o pida a un vendedor local que los done. 	Escuela intermedia y secundaria	<ul style="list-style-type: none"> • Funcionarios escolares, educadores y maestros • Organizaciones juveniles • Ligas deportivas internas • Organizaciones comunitarias • Organizaciones comerciales locales

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
FERIA DE ACTIVIDADES		<ul style="list-style-type: none"> Promueva el evento a través del periódico de la escuela o comunidad y en las redes sociales, las páginas de Facebook de la escuela y los sitios web locales. 		<ul style="list-style-type: none"> Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias Proveedores de atención médica
FERIA DE SALUD/FERIA DE CIENCIAS	<p>Anime a los maestros de ciencias a que asignen a los estudiantes presentaciones que consideren las consecuencias del mal uso de sustancias en el cuerpo y organicen una feria de salud que exhiba estas presentaciones. Además, puede ser importante contar con un miembro inspirador de la comunidad que esté en recuperación por mal uso de sustancias o de problemas de salud mental para que hable del impacto que tuvo en su vida y los beneficios de la recuperación.</p>	<p>\$50 a \$200</p> <ul style="list-style-type: none"> Organice la feria de salud/de ciencias en una escuela grande para maximizar la asistencia e invite a estudiantes de otras escuelas del área. Pida a las escuelas vecinas que la anuncien y exhiban los volantes y anime a los maestros de ciencias y salud a que traigan a sus estudiantes como parte de un día de campo. Pregunte a un programa local de 12 pasos o a una organización comunitaria de recuperación si tienen algún voluntario que estaría dispuesto a hablar con los estudiantes sobre las consecuencias del mal uso de sustancias o las formas de mantenerse mentalmente sanos cuando se enfrentan a eventos estresantes de la vida. 	<p>Escuela intermedia y secundaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> Funcionarios escolares, educadores y maestros Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias Proveedores de atención médica Líderes juveniles Organizaciones juveniles Organizaciones comunitarias Organizaciones comerciales locales Proveedores de primeros auxilios

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
FERIA DE SALUD/FERIA DE CIENCIAS		<ul style="list-style-type: none"> • Cree y distribuya hojas informativas o folletos con consejos sobre cómo hacer frente a la presión de grupo y manejar situaciones difíciles relacionadas con alcohol y drogas, el acoso o los problemas en el hogar o en la escuela. • Promueva el evento en Facebook para generar entusiasmo entre los estudiantes, y cree una página de evento (con moderador) para que los estudiantes hablen sobre sus presentaciones y obtengan ideas y comentarios de otros estudiantes. 		

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
<p>BATALLA DE BANDAS/MUESTRA DE TALENTO</p>	<p>Trabaje con una escuela (o múltiples escuelas, quizás en una competencia amistosa en la comunidad) para organizar una Batalla de bandas o un show de talento abierto a los estudiantes de secundaria. La competencia podría animar a los estudiantes a resaltar y mostrar su creatividad de una manera positiva, y podría comunicar la importancia de expresarse a través del arte, la música u otros medios creativos como una forma de mantenerse libre de sustancias dañinas y mantener una salud mental positiva.</p>	<p>\$1.000 a \$2.000</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organice un comité que dirija el show, formado por padres, maestros y miembros de la comunidad. • Pida a un miembro inspirador de la comunidad que se ofrezca como voluntario y sea maestro de ceremonias, y pida a los estudiantes de una escuela secundaria local que administren el sonido y las luces. Pida a las celebridades o funcionarios locales que actúen como jueces en un panel con formato como “American Idol”, y pida a la audiencia que participe alentando a sus concursantes o grupos favoritos. • Busque patrocinadores locales que apoyen el evento e incluya sus logotipos en los materiales promocionales. 	<p>Escuela secundaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Funcionarios escolares, educadores y maestros • Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias • Proveedores de atención médica • Líderes juveniles • Organizaciones juveniles • Organizaciones comunitarias • Organizaciones comerciales locales • Medios de comunicación • Funcionarios electos

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	RANGO DE EDAD	POSIBLES SOCIOS
BATALLA DE BANDAS/MUESTRA DE TALENTO		<ul style="list-style-type: none"> • Pida a una escuela o sede de eventos que lo patrocinen, permitiéndole organizar el evento en su auditorio o gimnasio sin costo alguno. • Venda refrigerios saludables; considere pedirle a un supermercado o a un restaurante local que patrocine el evento y le descunte la comida vendida. • Use su presupuesto para comprar premios para los ganadores de la Batalla de bandas o pida a los negocios locales que donen certificados o canastas de regalo. Considere la posibilidad de otorgar premios a todos los participantes. • Promueva el evento en los periódicos locales y escolares, así como en las redes sociales. 		

EVENTOS DEPORTIVOS

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>CAMINATA/ CARRERA/ PASEO EN BICICLETA EN LA COMUNIDAD</p>	<p>Organice una caminata, carrera o paseo en bicicleta en la comunidad para recaudar dinero para la prevención del mal uso de sustancias, la salud mental, el tratamiento o las organizaciones de rehabilitación, o para un centro comunitario o una coalición local; promueva la importancia de una comunidad activa.</p>	<p>\$500 a \$1.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a los participantes que busquen patrocinadores para su caminata, carrera o paseo en bicicleta con el fin de recaudar dinero para las organizaciones locales de prevención, salud mental, tratamiento o rehabilitación. • Pida al concejo municipal y al departamento local de policía que aprueben con anticipación las rutas y bloqueen ciertas vías el día de la caminata, carrera o paseo en bicicleta. • Organice voluntarios de la comunidad para que trabajen en el fondo, ayudando con las líneas de inicio y final, y para alinear la ruta y alentar a los participantes. • Consiga que las organizaciones y coaliciones locales pongan puestos en las líneas de partida y llegada para crear conciencia, distribuir información y contestar preguntas sobre temas específicos. • Utilice las redes sociales para correr la voz sobre el evento y las oportunidades de patrocinio a los participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoridades locales del orden público • Proveedores de primeros auxilios • Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias • Proveedores de atención médica • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Organizaciones juveniles • Organizaciones religiosas

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>JUEGO O TORNEO COMUNITARIO DE FÚTBOL/SOFTBOL/ BALONCESTO/FÚTBOL DE BANDERA</p>	<p>Organice un evento o torneo deportivo comunitario en el que los jugadores o equipos estén patrocinados para crear conciencia. El dinero recaudado a través de donaciones se puede donar a las organizaciones locales de prevención del mal uso de sustancias, salud mental, tratamiento o recuperación que el equipo ganador prefiera. Antes del partido, la comunidad puede organizar una reunión de apoyo para difundir la conciencia y el entusiasmo.</p>	<p>\$250 a \$1.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Solicite a los proveedores o negocios locales que patrocinen equipos con una donación, comprando camisetas con el logotipo del negocio o contribuyendo con otros gastos del equipo. • Utilice las redes sociales para promover el evento y organizar los equipos. • Coordine los colores del equipo para que los participantes los usen durante el partido y promuevan el espíritu de equipo. • Solicite a un proveedor local o a una tienda deportiva que done balones, redes, conos y otros artículos. • Pida prestado un marcador de tiza del distrito escolar o de un vendedor local para ahorrar en gastos de pintura ambientalmente segura al dibujar líneas y marcas en el campo. Los materiales existentes, como palos, neveritas (<i>coolers</i>), sillas u otros artículos también se pueden usar para demarcar la periferia, las porterías y los territorios “fuera de límites” en el campo. • Cree sus propios carteles para los eventos. • Use estéreos portátiles, iPods con parlantes o radios para tocar música durante el partido, la reunión de apoyo y descansos para motivar a los jugadores y sus aficionados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrenadores deportivos y ligas deportivas internas • Organizaciones juveniles • Organizaciones comunitarias • Organizaciones comerciales locales • Asociaciones de vecinos • Autoridades locales del orden público

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
JUEGO O TORNEO COMUNITARIO DE FÚTBOL/SOFTBOL/ BALONCESTO/ FÚTBOL DE BANDERA		<ul style="list-style-type: none"> • Comuníquese con proveedores locales para solicitar donaciones de alimentos o bebidas en especie y ofrezca listar a los proveedores donantes como patrocinadores del evento. • Pida que los participantes encuentren patrocinadores con el fin de recaudar fondos para organizaciones o coaliciones locales de prevención, salud mental, tratamiento o rehabilitación. 	

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>JUEGO O TORNEO COMUNITARIO DE FÚTBOL/SOFTBOL/ BALONCESTO/ FÚTBOL DE BANDERA</p>	<p>Organice un torneo de golf en un campo de la comunidad donde los equipos se reúnan para recaudar dinero para organizaciones locales de prevención del mal uso de sustancias, salud mental, tratamiento o rehabilitación, o un centro local comunitario o coalición.</p>	<p>\$500 a \$2.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilice las redes sociales para correr la voz sobre el evento y organizar los equipos. • Coordine los colores del equipo para que los participantes los usen durante el torneo y promuevan el espíritu de equipo. • Solicite a un campo local de golf que le permitan su uso gratis o con descuento durante el día del evento y que donen el uso de carritos de golf o <i>caddies</i>. • Contacte a proveedores locales para solicitar donaciones de alimentos o bebidas en especie, y ofrezca listar a los proveedores donantes como patrocinadores del evento. • Solicite a los proveedores o negocios locales que patrocinen equipos con una donación, comprando camisetas con el logotipo del negocio o contribuyendo con otros gastos. • Use su presupuesto para dar premios a los equipos ganadores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
PARTIDA DE GOLF	Organice una partida de golf en un campo comunitario durante el cual los equipos se reúnen para recaudar dinero para organizaciones locales de prevención del consumo de sustancias, salud mental, tratamiento o recuperación, o un centro comunitario local o una coalición	<p>\$500–\$2.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilice las redes sociales para difundir el evento y organizar equipos. • Coordine los colores del equipo para que los participantes los usen durante la partida, fomentando el espíritu de equipo. • Pida a un campo de golf local que no aplique o reduzca las tarifas del día y que done el uso de carritos de golf o caddies. • Póngase en contacto con los proveedores locales para solicitar donaciones en especie de alimentos o bebidas y ofrezca a nombrar a los proveedores donantes como patrocinadores del evento. • Pida a los proveedores o empresas locales que patrocinen equipos y compren camisetas con el logotipo de la empresa, o que contribuyan con otros costos del equipo. • Use su presupuesto para premios para equipos ganadores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones empresariales locales • Organizaciones comunitarias • Asociaciones vecinales

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
NOCHE DE BOLOS	Organice una noche de bolos en una bolera local donde los equipos se reúnan para recaudar dinero para organizaciones de prevención, salud mental, tratamiento o rehabilitación, o para un centro comunitario o coalición local.	\$500 a \$2.500 <ul style="list-style-type: none"> • Utilice las redes sociales para correr la voz sobre el evento y las oportunidades de patrocinio a los participantes. • Coordine los colores del equipo para que los participantes los usen durante el torneo y promuevan el espíritu de equipo. • Solicite a la bolera que suspenda o reduzca las tarifas de los carriles por la noche y que done los bolos y los zapatos. • Solicite a la bolera que reduzca el costo de los alimentos y bebidas en el puesto de comida; solicite a los proveedores locales donaciones de alimentos o bebidas en especie y ofrezca poner su nombre en la lista de patrocinadores del evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos

EVENTOS RECREATIVOS

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
REUNIÓN DE LA COMUNIDAD	<p>Organice una reunión de la comunidad o un mercado de pulgas en una iglesia local, escuela u otro lugar comunitario. Anime a que los miembros de la comunidad traigan platos saludables para compartir y ejemplificar la vida saludable de la comunidad, o donen una parte de lo recaudado en el mercado de pulgas a una organización, programa o coalición local de prevención, salud mental, tratamiento o rehabilitación. La reunión podría incluir juegos, manualidades, baile y otras actividades. En este evento, considere organizar actividades específicas para adolescentes, como un evento deportivo u otro tipo de competencia (por ejemplo, un torneo de videojuegos).</p>	<p>\$500 a \$1.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a una escuela local, centro comunitario o iglesia que le proporcionen espacio interior o exterior para el evento (tenga en cuenta que las condiciones climáticas pueden requerir un sitio bajo techo). • Use las redes sociales para promover el evento en línea. • Organice un comité de voluntarios para planear las actividades y eventos de la reunión. • Use su presupuesto para obtener los permisos y puestos para el evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Organizaciones religiosas • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones juveniles • Autoridades locales del orden público • Medios de comunicación

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>LIMPIEZA COMUNITARIA/DÍA DE REVERDECER</p>	<p>Organice un evento dentro de la comunidad con enfoque en limpiar o revitalizar un vecindario, cuadra, jardín, parque o área de juegos en particular. Movilice a la comunidad para trabajar juntos en mejorar el vecindario y cuidar el medio ambiente. A través de un evento como este, puede marcar una diferencia haciendo algo positivo y proactivo mientras participa en la Semana Nacional de Prevención y cree conciencia sobre temas de salud mental y el mal uso de sustancias en su comunidad.</p>	<p>\$150 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Done los fondos recaudados del reciclaje a organizaciones locales dedicadas a la prevención del mal uso de sustancias, la salud mental, el tratamiento o la rehabilitación, o a un centro comunitario local o a una coalición. • Solicite a proveedores locales o miembros de la comunidad que donen bolsas de basura, guantes, baldes, esponjas, pintura, tierra o cualquier otra herramienta o material necesario. • Solicite a los proveedores locales o miembros de la comunidad que ofrezcan tiempo y vehículos voluntarios para llevar la basura y otros escombros a los lugares de reciclaje apropiados. • Cree un sentido de competencia amistosa, tomando fotos del área “antes y después” y publicándolas en el sitio web de su organización o grupo. El grupo responsable por haber trabajado en el lugar donde el cambio es más evidente podría recibir un premio, como una fiesta con pizzas donadas por un proveedor local. • Pida a bandas o a los DJ locales que proporcionen música en los sitios donde harán limpieza, creando así un ambiente divertido durante el trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Funcionarios electos • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones juveniles • Organizaciones religiosas • Medios de comunicación

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
EVENTO ABIERTO AL PÚBLICO (OPEN HOUSE)	<p>Organice un evento para el público y abra las puertas de su oficina central o sede principal a la comunidad. Invite a los miembros de la comunidad a disfrutar de alimentos y bebidas mientras aprenden sobre el trabajo que lleva a cabo su organización en la comunidad y conocen a los miembros de su equipo. Promueva este evento en los programas universitarios locales que hacen enfoque en la salud mental, el uso o prevención del mal uso de sustancias para aprovechar posibles oportunidades de reclutamiento o desarrollo de su fuerza laboral en el futuro.</p>	<p>\$250 a \$1.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Use las redes sociales para promover su evento. • Utilice su presupuesto para cubrir los costos de impresión de los materiales informativos, folletos, hojas informativas y letreros. • Use los programas de Microsoft Office o las herramientas gratuitas disponibles en línea (a través de Google o servicios similares) para crear presentaciones que resalten los éxitos de su grupo u organización, o fije un tiempo determinado para una sesión de preguntas y respuestas con su equipo de liderazgo. • Solicite a los proveedores locales donaciones de alimentos o bebidas en especie y ofrezca listar a los proveedores donantes como patrocinadores del evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Organizaciones religiosas • Organizaciones comerciales locales • Medios de comunicación

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
CONCURSO/TALLER DE BAILE	Organice un evento enfocado en el baile que celebre de manera positiva la imagen corporal, la salud mental y el estado físico, tanto para hombres como para mujeres. El evento podría ser un concurso de baile, un taller para enseñar a los miembros de la comunidad diferentes tipos de danza, o ambos.	\$250 a \$1.500 <ul style="list-style-type: none"> • Pida a una escuela o centro comunitario que le permita organizar el evento gratis o con descuento. • Solicite donaciones a los estudios locales de baile a cambio de promoverlos durante el evento. • Reclute instructores de baile de todas las edades, formas y tamaños que sean parte de la comunidad. • Utilice las redes sociales para promover su evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Organizaciones religiosas • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones juveniles • Funcionarios de escuelas • Medios de comunicación
ALMUERZO/CENA DE AGRADECIMIENTO A LOS SOCIOS	Agradezca a sus socios y demuestre aprecio por su apoyo organizando un almuerzo o una cena en su honor. Considere este evento como una oportunidad para volver a conectarse, hablar de nuevas ideas y celebrar juntos sus éxitos.	\$1.000 a \$1.500 <ul style="list-style-type: none"> • Solicite a un restaurante o local que le reserve un espacio privado o que le proporcione una tarifa reducida o gratuita para su evento. • Pida a una florería o pastelería local que done flores o un postre como patrocinador a cambio de que usted los promueva durante el evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comerciales locales • Medios de comunicación

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
FERIA COMUNITARIA DE LA SALUD	<p>Organice una feria de salud que presente clínicas locales, evaluaciones de salud mental y mal uso de sustancias, servicios y programas para informar a la comunidad sobre todas las opciones disponibles para llevar una vida saludable. Puede ampliar este evento para reconocer a los miembros del servicio militar —y los problemas de salud mental y mal uso de sustancias específicos de esta población demográfica— mediante un desfile en reconocimiento a sus servicios. Puede finalizar el desfile en la feria de salud y ofrecer recursos e información para los miembros del servicio militar y sus familias.</p>	<p>\$500 a \$1.500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a una escuela o centro comunitario que le permita organizar el evento con descuento o gratis. • Invite a un líder comunitario local para lanzar el evento, de preferencia con un historial de apoyo a la prevención. • Use las redes sociales para crear conciencia en línea; resalte todos los servicios de salud mental y mal uso de sustancias y detección de salud física que estas organizaciones ofrecen dentro de la comunidad. • Use su presupuesto para conseguir los permisos para el evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias • Proveedores de atención médica • Proveedores de primeros auxilios • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Organizaciones religiosas • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones juveniles • Autoridades locales del orden público • Medios de comunicación • Organizaciones de servicios para veteranos o fuerzas armadas

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>TALLER PARA MANEJO DEL ESTRÉS/CLASE DE YOGA</p>	<p>Organice un taller para enseñar a los miembros de la comunidad una variedad de técnicas para manejar el estrés. Combine el taller con una sesión de yoga o meditación y explique los beneficios de estas prácticas para el bienestar mental y físico.</p>	<p>\$100 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promueva el evento a través de las redes sociales. • Celebre el evento al aire libre, si el clima lo permite. (Tenga un lugar bajo techo disponible en caso de mal tiempo.) • Póngase en contacto con estudios de yoga locales para ver si le pueden proporcionar sus instalaciones y servicios a un precio reducido. • Ofrezca una oportunidad para que los participantes compartan sus técnicas personales y saludables para manejar el estrés. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizaciones comerciales locales • Organizaciones comunitarias • Asociaciones de vecinos • Organizaciones juveniles

EVENTOS POLÍTICOS

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
ASAMBLEA PÚBLICA	Organice una asamblea pública de preguntas y respuestas con funcionarios, líderes y representantes locales en donde los miembros de la comunidad puedan preguntar a un panel de funcionarios sobre prevención, mal uso de sustancias, salud mental, acoso escolar, esfuerzos en la comunidad y programas en estas áreas y otras más.	<p>\$100 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> Solicite a una escuela, centro comunitario o Cámara de Comercio local que patrocine su evento prestándole gratis un espacio para reuniones o un salón para la asamblea. Utilice las redes sociales para correr la voz sobre el evento. 	<ul style="list-style-type: none"> Funcionarios electos Organizaciones comerciales locales Medios de comunicación Organizaciones comunitarias Consulte el recurso de SAMHSA <i>Conversaciones con la comunidad: Asambleas para prevenir el consumo de alcohol entre menores</i> en www.stopalcoholabuse.gov (disponible en inglés)
ALMUERZO CON EL ALCALDE	Haga arreglos para que su alcalde almuerce con líderes de organizaciones comunitarias locales, coaliciones y empresas para conversar sobre temas de salud mental y mal uso de sustancias en su comunidad y para delinear los pasos específicos de acción.	<p>\$200 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> Solicite a un restaurante local o a un servicio de banquetes que le den una tarifa de descuento para el almuerzo. Use las redes sociales para solicitar preguntas y comentarios de la comunidad que pueda compartir con el alcalde. 	<ul style="list-style-type: none"> Funcionarios electos Organizaciones comerciales locales Medios de comunicación Organizaciones comunitarias

EVENTO	DESCRIPCIÓN Y PROPÓSITO	RANGO APROXIMADO DEL PRESUPUESTO Y CONSEJOS PARA ECONOMIZAR	POSIBLES SOCIOS
<p>ENCUENTRO COMUNITARIO</p>	<p>Organice un encuentro comunitario que reúna a los miembros de la comunidad para fortalecer los esfuerzos de prevención y crear conciencia sobre problemas clave de salud mental y mal uso de sustancias.</p> <p>Para apoyar una temporada de fiestas de promoción sin peligro, organice una reunión de padres con vendedores locales de bebidas alcohólicas para colgar carteles de prevención y colocar calcomanías de prevención en artículos populares usados por adolescentes, y para concientizar a los padres sobre las políticas relacionadas con la organización de reuniones sociales (disponible en inglés).</p>	<p>\$100 a \$500</p> <ul style="list-style-type: none"> Organice la reunión en un parque o espacio verde local, o solicite a una escuela local que patrocine su evento celebrándolo en su auditorio o gimnasio. (Siempre tenga un espacio bajo techo disponible si está planeando un evento al aire libre.) Pídale a un DJ local que patrocine el evento proporcionando un sistema de sonido, altavoces y música gratis (o con descuento) a cambio de que usted los promueva durante el evento. Pida a los líderes locales que hablen en el evento, o pida a un miembro inspirador de la comunidad que sea el orador principal, sin cobrar honorarios. Use su presupuesto para conseguir los permisos y la señalización necesaria. 	<ul style="list-style-type: none"> Funcionarios electos Organizaciones comerciales locales y tiendas Autoridades locales del orden público Expertos y organizaciones de salud mental y consumo de sustancias Proveedores de atención médica Funcionarios de escuelas Asociaciones de padres y maestros Organizaciones juveniles Organizaciones comunitarias